

中职学生心理危机早期识别与干预的家校社协同策略研究

潘 维

杭州市电子信息职业学校 杭州上城 310021

摘 要: 在社会节奏不断加快以及就业压力持续加大的情形下, 中职学生所面临的心理问题愈发凸显出来, 心理危机事件更是频频发生。本项研究着重将关注点放在中职学生心理危机的早期识别以及干预方面, 对怎样去构建起家校社协同工作的机制展开深入探讨, 期望借此来提升应对心理危机的实际能力。经由问卷调查、个案访谈还有实地观察等一系列的方式方法, 研究发现: 搭建起联动信息平台、对各方所应承担的责任予以明确、开展常态化的相关工作等等这些举措, 对于提升中职学生心理危机应对能力有着重要意义。

关键词: 中职学生; 心理危机; 家校社协同

引言

中职学生正处在心理发展极为关键的阶段, 会面临诸多挑战。心理危机呈现出情绪出现剧烈波动、社交行为表现出退缩倾向、学业成绩下滑态势等特征。这些问题的形成有多个方面的因素: 从学生个体的角度来讲, 其心理发育还尚未达到成熟的状态, 情绪调节的能力也相对比较薄弱; 在家庭环境当中, 亲子之间沟通不够顺畅、给予的支持也有所不足; 就学校教育层面而言, 心理支持体系还不够完备; 从社会层面来看, 存在着对职业教育的偏见, 这些因素彼此相互交织在一起, 进而使得中职学生变成了心理危机的高发群体, 所以迫切需要建立起行之有效的协同干预机制。

1 家校社协同在心理危机早期识别中的作用

1.1 早期识别的关键指标与信号

中职学生心理危机的早期识别离不开一系列较为明显的行为及心理方面的信号, 这些信号常常呈现为学生情绪出现比较剧烈的波动状况, 或者表现出社交回避的情形, 又或者呈现出突如其来的学业成绩退步情况。就情绪这一方面来讲, 焦虑、抑郁、愤怒等诸如此类的情绪反复冒出来, 特别是在不存在明显外部压力的情境之下, 往往就预示着心理危机开始有了初步的征兆。从行为角度来看, 学生有可能会展现出过度自我封闭的状态, 或者对平日里感兴趣的的活动渐渐失去了兴趣, 像这样的行为方面的变化要是在较短时间内就显现出来, 那是应当引起人们高度重视的。

1.2 学校在心理危机识别中的主导作用

在中职学生心理危机的早期识别这件事情上, 学校既然是学生平日里进行学习以及生活的主要地方, 那自然就承担着主导去进行识别的责任。班主任是跟学生距离最为接近的教育方面的管理者, 其平日里和学生接触的频率挺高的, 而且对学生个体所具有的特点也比较了解, 所以当学生在行为表现、情绪状况以及学业方面的状态出现异常情况的时候, 班主任能够在第一时间就察觉到一些苗头。借助定期开展谈心活动、在课堂上进行观察以及到学生家里去家访等多种形式, 班主任是可以相对直观地捕捉到学生心理状态所发生的那些微妙变化的。而心理教师则是在专业的评估工作以及干预举措方面发挥着十分关键的作用, 他们会通过运用心理测评工具、开展个别访谈以及组织团体辅导等各种各样的方式, 针对那些疑似存在心理危机的个案来做进一步的辨别以及深入的研判。在实际的操作过程当中, 班主任和心理教师之间是需要去建立起一种有效的信息共享机制的, 进而形成一种能够联动开展工作的机制, 以此来实现问题线索可以快速地流转起来, 同时专业的判断也能够及时地介入其中。

1.3 家庭与社会支持系统的辅助作用

在心理危机的早期识别环节, 家庭以及社会支持系统扮演着学校工作外延补充的角色, 承担着极为关键的辅助性作用。家庭乃是学生最为直接的生活场景, 家长所具备的敏感性以及参与的程度, 会对心理危机识别是否及时产生直接的影响。当学生于家庭环境中呈现出诸如情绪出现

波动、行为表现退缩、人际产生疏离等一系列变化的时候，家长需要拥有基本的心理健康识别方面的能力，要能够对异常信号做出初步的判断，并且及时地将相关情况反馈给学校。家校之间所构建的双向沟通机制，像是定期展开家访、进行心理健康问卷回访以及推进家长学校的建设等举措，能够切实有效地提升信息传递的效率与精准程度。

2 家校社协同干预机制的构建与优化

2.1 信息共享与沟通机制建设

搭建起跨主体的信息共享平台，这在提升家校社协同效率方面堪称关键之举。具体而言，把学校、家庭以及社会的各类资源加以整合，进而搭建起一个统一化的信息平台，如此一来，各方就能及时地对学生的心理健康状况以及干预需求实现共享。学校方面，需要承担起收集并分析学生心理状态数据的职责；家庭则要给出学生在家庭环境当中的表现情况以及相关变化；至于社会支持系统，像心理咨询机构以及社会工作者等，它们能够给出专业的评估意见以及干预方面的建议。

表 1 学校、家庭和社会各方责任分工和配合流程图

责任主体	主要职责	配合流程
学校	负责学生心理健康状况的监测、早期识别和初步干预	定期汇报心理状况、向家庭提供干预建议、建立紧急干预机制
家庭	提供学生在家庭环境中的心理状况信息，配合学校干预	向学校反馈学生的情绪和行为变化、参与学校的干预计划实施
社会支持系统	提供专业心理评估、危机干预指导和深度心理支持	定期与学校共享学生的心理评估报告、为家庭提供心理辅导与支持

通过这样的责任分工和协同路径设计，家校社能够形成合力，确保学生心理危机的早期发现和有效干预，提高干预效果和效率，最大限度地减少心理危机对学生的负面影响。

2.3 多层次心理支持体系的构建

在中职学生心理危机干预期间，构建起多层次的心理支持体系这件事显得尤为关键。该体系要从预防环节一直到干预环节形成一个成系统的网络，以此来给学生给予全方位的心理支撑。学校、家庭以及社会支持系统协同发挥作用是其关键所在，这三者共同搭建起了一条紧密合作的支持链条。在这一体系当中，学校除了要承担起心理健康方面的日常监测任务以及对相关问题进行早期识别之外，还应当给予持续不断的心理咨询服务并且开展危机干预工作。家庭则需要通过建立起有效的沟通渠道，对学生的情绪变化情况以及行为表现予以密切关注，及时把家庭里的相关信息反馈回去，以保证学校能够快速介入处理。而社会支持系统，这里面涵盖了心理健康专家以及社会工作者，

2.2 责任分工与协同路径设计

家校社在心理危机干预方面的职责分工以及协同路径设计，有着极为重要的意义。要达成有效的干预成效，各方都得依照自身所担负的职责来做好明确的角色定位，同时展开协调配合的相关工作。学校身为核心主体，理应承担起对学生心理健康状况予以早期识别以及初步干预的职责，要能够及时察觉到潜在的危机状况，进而开展那些必要的心理疏导以及辅导方面的工作。家庭在学生的成长环境当中，实际上扮演着监控者还有支持者这样的角色，需要及时将学生在家庭里面的情绪方面的变化、行为方面的表现以及生活习惯方面的改变等情况反馈出来，特别是在危机刚刚出现的初期阶段，家庭能够提供十分关键的信息。社会支持系统，像是心理咨询机构、社会工作者等等，它们要负责给学校和家庭给予专业层面的支持，要开展危机评估方面的工作，而且在必要的时候，还得介入其中实施深度的干预举措。

除了给学校和家庭提供专业的意见建议之外，在一些特殊的情形之下，还需要提供深度的干预举措以及专业的治疗手段。

3 提升心理危机应对能力的路径与建议

3.1 强化师资与家长心理教育培训

要提升一线人员在心理方面的识别以及干预能力，那就得把针对师资和家长开展的心理教育培训归入到系统化的规划当中。学校需要定期去组织专门面向教师的心理危机识别还有干预能力方面的培训活动，要对心理健康方面的知识加以更新，以此来提升教师在日常开展教学工作之时，发现学生出现的异常行为以及情绪方面变化的敏锐程度。从家长这个角度来讲，应当借助专题讲座、工作坊以及线上课程等多种形式，去普及有关青少年心理发展所具有的特点以及危机信号识别方面的知识内容，强化家校之间沟通协作的意识，好让家长在平日里陪伴子女的过程当中，能够更为有效地觉察到子女心理上所发生的变化，并且可以及时和学校进行沟通交流，大家齐心协力共同去构

建起一个具有支持性的心理健康环境。

3.2 建立持续监测与反馈机制

建立起学生心理健康方面的动态监测以及评估体系,这无疑是保证心理危机能够得以被及时识别出来并且实施有效干预的极为重要的一个环节。学校需要充分利用现代的信息技术手段,着手去构建关于学生心理健康的档案。借助定期开展的心理评估活动以及发放问卷调查等方式,切实对学生的心理状态变化情况予以实时跟踪,尤其要重点关注那些情绪出现较大波动或者存在明显异常行为的学生个体。通过对相关数据展开分析,并依靠预警系统的作用,及时察觉到有可能存在心理危机的学生,从而为后续开展的干预工作提供相应依据。与此同时,学校还能够通过和心理健康专业机构达成合作关系,定期针对学生的心理健康状况展开评估工作,进而为教师、家长以及社会工作者给予相关的数据方面的有力支持,由此打造出一个多方位的信息共享平台。家长以及社会资源的参与在整个过程当中同样起着至关重要的作用,学校应当积极主动地去推动与家长以及社会服务机构之间的合作,大家齐心协力共同建立起反馈机制,以此来确保信息能够顺畅地进行传递,最终构建起一套长效的心理健康监测系统。

3.3 推动政策支持与资源整合

为了让中职学生心理危机干预具备更强的系统性以及更良好的可持续性,那就得从政策给予支持以及资源加以整合这两个层面来提供保障。教育行政部门有必要出台专门针对中职学生心理健康状况的政策文件,把家校社三方在心理危机识别以及干预过程当中各自的职责分工和彼此协作的机制都清晰明确下来,与此同时,在经费投入这块要适当有所倾斜,以此确保心理健康服务能够常态化地运行起来。在资源配置方面应当对各级政府、社区卫生服务中心、专业心理机构等诸多方面的资源进行整合,构建起区域性的心理服务网络,从而给学校送去专业方面的支持以及紧急干预的通道。要建立起跨部门的联动机制,推动

教育、卫生、民政等部门去共享相关信息、协同开展干预工作,以此来提升应对危机时的效率以及专业程度。还要鼓励引入社会方面的力量,比如公益组织和心理志愿服务团队等,借此拓展心理支持所涉及的范围以及其呈现出来的多样性,进而增强学生获取心理援助时的可及性以及时效性。

结语

要提升中职学生应对心理危机的能力,这离不开家庭、学校以及社会三方齐心协力地去推动。就能力建设而言,教师每年应当接受至少 20 学时的专业方面的培训,以此来提升其识别心理危机的能力;而家长也需要去研习青少年心理发展方面的相关知识,从而能更为妥帖地理解自家孩子的心理状况以及他们的种种行为表现。在机制创新方面而言,不妨建立起关于学生心理成长的档案,对学生心理状况实施动态化的监测;同时推广电子化的家校沟通平台,保证信息能够及时地得以传递,进而形成一种常态化的沟通机制。这种“信息共享、责任明确、资源整合”的工作模式,对保障中职学生心理健康具有重要的实践价值,值得在更大范围内推广应用。

参考文献:

- [1] 马荔.“互联网+”背景下中职机电专业学生危机心理干预中“心理援助”的作用[J]. 知识文库,2024,40(16):84-87.
- [2] 冷琪,马沁,张艳灵. 中职院校学生心理危机安全网系统构建路径研究 [J]. 成才,2023,(12):122-124.
- [3] 胡娟霞. 刍议中职学生心理危机的调查防控 [J]. 公关世界,2022,(16):164-165.
- [4] 韦寿宏,李彩云,廖焱妍. 中职卫校学生心理健康教育分析与探究 [J]. 广东职业技术教育与研究,2022,(03):16-19.
- [5] 郑渊. 中职院校学生心理危机防控探析——以一则急性精神分裂症危机干预个案为例 [J]. 中小学心理健康教育,2022,(11):69-72.